平成31年1月 離乳食献立表

両国・なかよし保育園

日		曜日	9～11か月（後期） 午前	9～11か月（後期） 午後	使用している食材
4	18	金	トマト軟飯　ブロッコリー煮 オニオンスープ オレンジ	おかか軟飯 野菜スープ	米　ツナ　にんじん　トマト　ブロッコリー　じゃがいも しょうゆ　かつお節　オレンジ
5	19	土	野菜うどん かぼちゃの煮物 りんご	青のり軟飯 すまし汁	うどん　大根　にんじん　高野豆腐　かぼちゃ　かぶ 米　青のり　しょうゆ　塩　りんご
7	21	月	軟飯　カレイの照り焼き煮 にんじんの甘煮　みそ汁 りんご	野菜ぞうすい	米　かれい　にんじん　いんげん　玉ねぎ　じゃがいも 大根　かぶ　しょうゆ　片栗粉　みそ　砂糖　りんご
8	22	火	軟飯　青菜と豆腐の煮物 大根煮　キャベツのスープ オレンジ	かぼちゃ茶巾 すまし汁	米　豆腐　ほうれん草　鶏ひき肉　大根　にんじん キャベツ　かぼちゃ　しょうゆ　塩　オレンジ
9	23	水	あんかけうどん　白菜のおかか煮 鶏ささみとにんじん煮 みかん	味噌おじや	うどん　玉ねぎ　にんじん　もやし　チンゲン菜 白菜　しょうゆ　みそ　みかん
10		木	ひじき軟飯　肉団子煮 大根と人参煮　すまし汁（えのき・麩） いちご	さつまいも軟飯 玉ねぎスープ	米　ひじき　鶏ひき肉　にんじん　大根　えのきたけ　麩 さつまいも　玉ねぎ　しょうゆ　塩　いちご
	24		トースト　じゃがいものそぼろ煮 コロコロきゅうり　かぶのスープ りんご	ヨーグルト 赤ちゃんビスケット	食パン　鶏ひき肉　じゃがいも　きゅうり　かぶ ヨーグルト　赤ちゃんビスケット　しょうゆ　りんご
11	25	金	軟飯　鶏ひき肉と豆腐煮 ステッィクきゅうり　みそ汁（かぼちゃ） バナナ	トースト かぼちゃのポタージュ	米　豆腐　鶏ひき肉　にんじん　干し椎茸　きゅうり　かぼちゃ 食パン　しょうゆ　みそ　片栗粉　粉乳　バナナ
12	26	土	軟飯　ささみと玉ねぎの煮物 にんじんとコーン煮　みそ汁（わかめ） オレンジ	きな粉軟飯 にんじんスープ	米　玉ねぎ　鶏ささみ　コーン　にんじん　大根 きな粉　しょうゆ　砂糖　オレンジ
	28	月	軟飯　つくね煮 ほうれん草の煮浸し　みそ汁（大根） りんご	かぼちゃ軟飯 豆腐のスープ	米　鶏ひき肉　玉ねぎ　ほうれん草　にんじん　大根 かぼちゃ　豆腐　しょうゆ　片栗粉　りんご
15	29	火	トースト　ミルクシチュー キャベツの煮浸し バナナ	しらす軟飯 野菜スープ	トースト　鶏ひき肉　玉ねぎ　にんじん　じゃがいも　キャベツ きゅうり　しらす　砂糖　しょうゆ　片栗粉　バナナ
16	30	水	軟飯　鮭のみそ煮 しいたけと野菜煮　みそ汁（小松菜） みかん	青菜軟飯 大根スープ	米　鮭　大根　にんじん　干し椎茸　小松菜　麩 しょうゆ　みそ　塩　みかん
17	31	木	軟飯　鶏ささみのだし煮 白菜煮　みそ汁（生揚げ） いちご	ツナ入りそうめん	米　鶏ささみ　白菜　にんじん　豆腐　そうめん ツナ　玉ねぎ　砂糖　しょうゆ　みそ　いちご

◎その日に使用する食材を記載していますので、参考にしながらご家庭でも進めていきましょう。◎粉ミルクは「ほほえみ」、哺乳瓶は「母乳実感」を使用して